alphabetic®
El multivitamínico específico

FICHA TÉCNICA

1. ¿Qué es alphabetic®?

Alphabetic® es el primer complemento alimenticio multivitamínico que combina 21 micronutrientes entre **vitaminas**, **minerales**, **ácido alfa-lipoico** y **luteína**.

La combinación específica de los componentes de la fórmula de **alphabetic®** favorece las siguientes funciones fisiológicas *(ver apartado 3)*:

- Metabolismo de la glucosa
- Función antioxidante
- Función visual
- Función psicológica
- Funcionamiento del sistema nervioso
- Funcionamiento del sistema cardiovascular
- Sistema inmunológico
- Función intelectual y cognitiva

2. Información nutricional (por comprimido):

Vitaminas		%CDR
Vitamina A	800 µg	100%
Vitamina C	120 mg	150%
Vitamina D	5 µg	100%
Vitamina E	30 µg	250%
Vitamina B1 (Tiamina)	1,4 mg	127%
Vitamina B2 (Riboflavina)	1,6 mg	114%
Vitamina B3 (Niacina)	18 mg	113%
Vitamina B5 (Ác. pantoténico)	6 mg	100%
Vitamina B6 (Piridoxina)	2 mg	143%
Biotina (vitamina B7 o B8)	150 µg	300%
Ácido fólico (vitamina B9)	400 µg	200%
Vitamina B12 (Cianocobalamina)	3 µg	120%

%CDR: % Cantidad diaria recomendada

Minerales		%CDR
Calcio	200 mg	25%
Magnesio	200 mg	53%
Zinc	15 mg	150%
Cromo	100 µg	250%
Selenio	60 µg	109%
Manganeso	1 mg	50%
Yodo	100 µg	67%

Otros nutrientes*	
Ácido alfa-lipoico	60 mg
Luteína	2 mg

* No se ha establecido la CDR

	Por comprimido	Por 100 g
Valor energético	0,50 kcal (2.100 KJ)	23.80 kcal (99.96 KJ)
Proteínas	0.002 g	0.10 g
Grasas	0.030 g	1.43 g
Saturadas	0.030 g	1.43 g
Trans	0.000 g	0.00 g
Hidratos de carbono	0.040 g	1.90 g
Azúcares	0.001 g	0.05 g
Fibra	0.130 g	6.19 g
Sodio	0.090 g	4.29 g

3. Contribución de los componentes de alphabetic® a las diferentes funciones fisiológicas:

	VITAMINAS												MINERALES						
	A	C	D	E	B1	B2	B3	B5	B6	B7	B9	B12	Ca	Mg	Zn	Cr	Se	Mn	I
Niveles glucosa y metabolismo energético		●			●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●		●	●
Visión	●					●									●				
Función antioxidante		●		●		●									●			●	
Sistema nervioso		●			●	●	●		●	●		●	●	●					●
Sistema cardiovascular		●			●								●						
Cansancio, fatiga y función mental		●			●	●	●	●	●	●	●	●		●	●				●
Sistema inmunitario	●	●	●						●		●	●			●		●		

1. Niveles de glucosa y metabolismo energético

- El **cromo** contribuye a mantener niveles normales de glucosa en sangre.
- El **zinc** contribuye al metabolismo normal de los hidratos de carbono.
- La **vitamina B6** contribuye al metabolismo normal del glucógeno.
- La **biotina**, el **calcio**, el **magnesio**, el **manganeso**, el **yodo**, las **vitaminas B1, B2, B3 B5, B6, B12 y C** contribuyen al metabolismo energético normal.

2. Visión

- Las **vitaminas A, B2** y el **zinc** contribuyen al mantenimiento de la visión en condiciones normales.

3. Función antioxidante

- Las **vitaminas B2, C, E,** el **selenio**, el **zinc** y el **manganeso** contribuyen a la protección de las células frente al daño oxidativo.

4. Sistema nervioso

- La **biotina**, el **magnesio**, el **yodo**, las **vitaminas B1, B2, B3, B6, B12 y C** contribuyen al funcionamiento normal del sistema nervioso.
- El **calcio** contribuye al funcionamiento normal de la neurotransmisión.

5. Sistema cardiovascular

- La **vitamina C** contribuye a la formación normal del colágeno para el funcionamiento normal de los vasos sanguíneos.
- La **vitamina B1** contribuye al funcionamiento normal del corazón.
- El **calcio** contribuye a la coagulación sanguínea normal.

6. Cansancio, fatiga, función psicológica, cognitiva e intelectual

- Los **folatos**, el **magnesio**, las **vitaminas B2, B3, B5, B6, B12 y C** ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga.
- La **biotina**, los **folatos**, el **magnesio**, las **vitaminas B1, B3, B6, B12 y C** contribuyen a la función psicológica normal.
- La **vitamina B5** contribuye al rendimiento intelectual normal.
- El **yodo** y el **zinc** contribuyen a la función cognitiva normal.

7. Sistema inmunitario

- Las **vitaminas A, C, D, B6, B12,** los **folatos,** el **zinc** y el **selenio** contribuyen al funcionamiento normal del sistema inmunitario.

Declaraciones y tabla elaboradas de acuerdo a la lista de Declaraciones de Propiedades Saludables autorizadas por el Reglamento Europeo nº 432/2012.

4. Componentes que hacen de alphabetic® el multivitamínico específico:

Cromo (Cr)

Del conjunto de minerales, el **cromo** es un mineral de especial interés en el metabolismo de la glucosa, ya que se ha probado su contribución a **mantener los niveles de glucosa** en sangre.

El cromo ha demostrado promover el catabolismo de los hidratos de carbonos y de los lípidos al **potenciar la acción de la insulina**.[1]

Ácido alfa-lipoico (ALA)

También denominado ácido tióctico, el ALA es un ácido graso con 2 átomos de azufre conocido por sus **propiedades antioxidantes**, capaz de actuar tanto en medio acuoso como lipídico. Su principal papel metabólico es el de actuar como coenzima en importantes vías metabólicas. El ALA es un antioxidante reconocido, **captador de radicales libres**.

A dosis de entre 300 y 1200 mg de ALA, varios estudios bien diseñados prueban su eficacia en la **mejoría de los síntomas o déficits de la polineuropatía diabética**, mostrando beneficios a nivel cardiovascular y mejora de la sensibilidad a insulina.[2,3,4]

En la fórmula de **alphabetic®**, el ALA se ha incorporado en dosis de 60 mg/comprimido con el fin de sumar las sinergias del **efecto antioxidante** de ALA al del resto de componentes antioxidantes.

Luteína

La luteína es un pigmento amarillo (carotenoide) de la familia de las xantofilas **presente en la retina**. El cuerpo por sí mismo no sintetiza luteína, por lo que **debemos aportarla de la dieta**. Alimentos como las espinacas y la col son importantes fuentes de luteína.

La aplicación de las propiedades **antioxidantes** y de **filtro solar** de la luteína están en plena investigación.[5]

Componentes

Carbonato de Calcio, Óxido de Magnesio, Cloruro de Potasio, Agente de carga (Celulosa microcristalina (E-460i)), Ácido L-ascórbico (Vit. C), Ácido alfa-lipoico, Citrato de Zinc, Acetato de DL-alfa-tocoferilo (Vit. E), Luteína, Antiaglomerantes (Ácido Esteárico y Estearato de Magnesio (E-470b)), Nicotinamida (Niacina), D-biotina (Biotina), Antiaglomerante (Dióxido de Síliceo (E-551)), D-Pantotenato Cálcico (Ácido pantoténico), Selenito de Sodio, Acetato de Retinilo (Vit. A), Ácido pteroilmonoglutámico (Vit. B9), Sulfato de Manganeso, Colecalciferol (Vit. D), Clorhidrato de Piridoxina (Vit. B6), Cloruro de Cromo (III), Mononitrato de Tiamina (Vit. B1), Riboflavina (Vit. B2), Cianocobalamina (Vit. B12), Yoduro de Sodio. **Cobertura:** Agente de recubrimiento (Hidroxipropilmetilcelulosa (E-464)), edurecedor (Polidextrosa E-1200)), Colorantes (Dióxido de Titanio (E-171) y Riboflavina), Antiaglomerante (Talco), Agente de Carga (Maltodextrina), Agente de recubrimiento (Triglicéridos de Cadena Media).

---

[1] EFSA Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to chromium and various claims. EFSA Journal 2010;8(10):1732

[2] Ziegler D, Ametov A et al. Oral treatment with alpha-lipoic acid improves symptomatic diabetic polyneuropathy: the SYDNEY 2 trial. Diabetes Care (2006-11-01) 29 (11): 2365-70

[3] Porasuphatana S, Suddee S et al. Glycemic and oxidative status of patients with type 2 diabetes mellitus following oral administration of alpha-lipoic acid: a randomized double-blinded placebo-controlled study. Asia Pac J Clin Nutr (2012-01-01) 21 (1): 12-21

[4] Gianturco V, Bellomo A et al. Impact of therapy with alpha-lipoic acid (ALA) on the oxidative stress in the controlled NIDDM: a possible preventive way against the organ dysfunction? Arch Gerontol Geriatr (2009-01-01) 49 Suppl 1: 129-33

[5] Richer S, Stiler W, et al. Double-masked, placebo-controlled, randomized trial of lutein and antioxidant supplementation in the intervention of atrophic age-related macular degeneration: the Veterans LAST study (Lutein Antioxidant Supplementation Trial). Optometry 2004;75:216-230.

Presentación
Alphabetic® se presenta en un frasco de plástico de **30 comprimidos** con un peso neto de 54.3 g.

Modo de empleo
Tomar **un comprimido al día** con un vaso de agua.

Condiciones de conservación
Conservar en un ambiente fresco y seco.

Precauciones
No superar la dosis diaria expresamente recomendada. Los complementos alimenticios no deben ser utilizados como sustitutos de una dieta sana y equilibrada, ni de un estilo de vida saludable. **Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.**

Fabricante
Schwabe North America, Inc.
Green Bay, WI 54311. USA.

Distribuidor
DHU Ibérica, S.A.
Pol. Ind. Francolí, parcela 3, naves 1 y 2.
43006 Tarragona (España)
RGS: 26.11878/T

Nº Reg. BE: NUT_AS 2283/1
CN 168821.7

Beneficios de alphabetic®, el primer multivitamínico específico con ácido alfa-lipoico y luteína

Salud cardiovascular
Contribuye a la función normal de vasos sanguíneos, coagulación y corazón.

Antioxidante
Contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo.

Sistema inmunológico
Contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario.

Salud ocular
Contribuye al mantenimiento de la visión en condiciones normales.

Sistema nervioso
Contribuye al funcionamiento normal de la neurotransmisión.

Niveles de glucosa
Contribuye a mantener niveles normales de glucosa en sangre.